

Informacje wspierające dla Rodziców

Nasze dzieci są uczestnikami trudnej sytuacji. Każde z nich przeżywa ją inaczej. Każde na swój sposób. Z rozmów z rodzicami wiem, że reakcje dzieci są bardzo różne. Pojawiają się strach, obawa, lęk. Niektóre z dzieci boją się wyjść na zewnątrz. Pojawiają się pytania dotyczące koronawirusa. Są też dzieci, u których obecna sytuacja nie powoduje stresu. Tych jest jednak mniej.

Reakcje dzieci są często odzwierciedleniem naszych reakcji, reakcji dorosłych, których dzieci obserwują i naśladują. Widzą na przykład, że nie potrafimy sami poradzić sobie z tym, co nas spotkało, jesteśmy smutni, zaniepokojeni, zdenerwowani, niepewni przyszłości. Gdy w takiej sytuacji dzieci zapytają nas, co się dzieje, nie udawajmy, nie unikajmy rozmowy. Tłumaczymy, mówmy spokojnie o tym, żeby dziecko poczuło się bezpiecznie. Mówmy, że jest to nowa, trudna sytuacja, ale przecież wiemy, co robić. Wiemy, jak się zachowywać. Jeżeli nam się to uda, dzieci zobaczą, że mamy wszystko pod kontrolą. Poczują, że można nam zaufać.

Nierozmawianie, udawanie, że nic się nie dzieje, unikanie odpowiedzi na pytania nie jest dobrym wyjściem. Dzieci słyszą przecież komunikaty w telewizji, czytają informacje w Internecie. Nie wszystkie wiadomości są dla nich zrozumiałe i wtedy odczuwają dyskomfort. Wówczas jesteśmy im najbardziej potrzebni. Zadają pytania: „Dlaczego muszę zostać w domu?“, „A co będzie, jak zachoruję?“. Odpowiedzmy im wtedy, że wiemy, co mamy robić, gdy ktoś poczuje się gorzej. Zadzwońmy do lekarza i otrzymamy pomoc.

Zorganizujmy sobie ten czas razem. Bądźmy z nimi. Zaplanujmy działania, w wyniku których dzieci będą miały też miłe i dobre wspomnienia z tego okresu. Niech w ciągu dnia będą zarówno obowiązki – zajęcia szkolne, prace domowe, ale i przyjemności.

Jeżeli dzieci tęsknią za dziadkami, zadbajmy o możliwość częstego kontaktu telefonicznego. Oni też tego potrzebują. Niech dzieci będą w kontakcie telefonicznym, internetowym z rówieśnikami, niech rozmawiają, wymieniają się uwagami, doświadczeniami.

To, co będziemy mówić do dzieci, podziela na nas również kojąco. Tego Państwu i sobie życzę.

Zachęcam do przeczytania z dziećmi książeczki, która jest dostępna pod linkiem, który pojawił się we wcześniejszej informacji do Państwa.

Pedagog szkolny

Barbara Lewicka